

Studi Deskriptif *Trait Emotional Intelligence* pada Gamers Terindikasi Kecanduan *Game Online*

Almira Mahira Noviani, Fanni Putri Diantina

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

almiramahira16@gmail.com

Abstract—There is an increase in gamers from various ages in the world. In addition to having benefits, online games also have disadvantages. If online games are being played excessively, gamers are more likely to experience Internet Gaming Disorder (IGD). IGD has three levels of severity, namely mild, moderate, and severe. Certain personality types are more prone to experiencing IGD than others. This descriptive study aims to present a description of gamers' Trait Emotional Intelligence (TEI) in each category of IGD. Selected population of this study is IGD indicted early adult gamers from mild to severe totaling 271 individuals. Data were collected using Game Addiction Scale (GAS) and Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF) measurement tools. The collected data was analyzed using descriptive statistics. The results are, in the mild IGD category, 43 gamers have low TEI (23.76%) and 138 gamers have high TEI (76.24%). In the moderate IGD category, out of 83 gamers there are 49 gamers who have low TEI (59.04%) and 34 gamers who have high TEI (40.96%). Last but not least, in the severe IGD category totaling 7 gamers, there are 5 gamers whose TEI are low (71.43%) and 2 gamers whose TEI are high (28.57%).

Keywords—*Internet Gaming Disorder, Trait Emotional Intelligence, Early Adult.*

Abstrak—Terjadi peningkatan gamers dari berbagai kalangan usia di dunia. Selain memiliki manfaat, game online juga memiliki kerugian yaitu jika dimainkan secara berlebihan gamers lebih berkemungkinan untuk mengalami Internet Gaming Disorder (IGD). IGD memiliki tiga tingkat keparahan yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Tipe-tipe kepribadian tertentu lebih rentan untuk mengalami IGD daripada yang lain. Penelitian ini merupakan studi deskriptif yang bertujuan untuk melihat dan memperoleh gambaran Trait Emotional Intelligence (TEI) pada gamers pada masing-masing kategori IGD. Responden pada penelitian ini adalah 271 gamers berusia dewasa awal yang terindikasi IGD dari mulai rendah hingga tinggi. Data dikumpulkan menggunakan alat ukur Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF) dan Game Addiction Scale (GAS). Data yang sudah terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Berdasarkan hasil pengolahan data, didapatkan hasil yaitu pada kategori IGD rendah, terdapat 43 gamers yang memiliki TEI rendah sebesar 23,76% dan 138 gamers yang memiliki TEI tinggi sebesar 76,24%. Pada kategori IGD sedang, dari 83 gamers terdapat 49 gamers yang memiliki TEI rendah sebesar 59,04% dan 34 gamers yang memiliki TEI tinggi sebesar 40,96%. Pada kategori IGD tinggi, dari 7 gamers terdapat 5 gamers yang memiliki TEI rendah sebesar 71,43% dan 2 gamers yang memiliki TEI tinggi

sebesar 28,57%.

Kata Kunci—*Internet Gaming Disorder, Trait Emotional Intelligence, Dewasa Awal.*

I. PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu, teknologi *internet* semakin berkembang dan tidak bisa dilepaskan dari kehidupan sehari-hari sebagian besar masyarakat di dunia, tak terkecuali di Indonesia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyatakan bahwa jumlah pengguna *internet* di Indonesia meningkat sebesar 8,9% dari tahun lalu. Salah satu alasan penggunaan *internet* yang paling banyak adalah untuk bermain *game online* (Pratama, 2020). Pesatnya perkembangan teknologi membuka peluang bagi para *developer game* untuk mengembangkan *game online* yang bisa dimainkan melalui berbagai macam alat elektronik termasuk di perangkat seluler. Hal tersebut membuka peluang kemudahan bagi banyak orang untuk bermain *game online* dan menjadi salah satu alasan terjadinya peningkatan jumlah *gamers* di dunia. Sebuah laporan baru-baru ini mengungkapkan bahwa hampir 3,1 miliar orang atau sekitar 40% dari populasi dunia bermain *game*. Kontribusi paling banyak pada peningkatan tersebut adalah dari *gamers* yang bermain *game* di perangkat seluler yaitu hampir setengahnya (DFC Intelligence, 2020).

Game online dijadikan sebagai sumber hiburan oleh berbagai kalangan usia dari mulai anak-anak, remaja, hingga dewasa. Selain sebagai sumber hiburan, terdapat pula manfaat-manfaat yang dapat diperoleh dari bermain *game online*. Manfaat-manfaat yang dapat diperoleh antara lain adalah meningkatkan kemampuan *problem-solving* (Prensky, 2012), kemampuan berbahasa Inggris (Ashraf et al., 2014), kemampuan spasial (Uttal et al., 2013), *visual processing* (Howard, Wilding, & Guest, 2016), *optimistic motivational style* (Granic & Lobel, 2014), *mood* atau emosi positif (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009), kemampuan rotasi mental dan pembagian perhatian yang lebih cepat dan akurat (Green & Bavelier, 2012) serta meningkatkan kemampuan sosial dan perilaku prososial (Gentile & Gentile, 2008; Gentile et al., 2000). *Game online* juga dapat dijadikan profesi yang biasa disebut sebagai atlet *esports* yang mendapatkan penghasilan dengan mengikuti turnamen *esports*. Salah satu turnamen *esports* yang pernah

diselenggarakan di Indonesia adalah Piala Presiden *Esports* 2020 dengan total hadiah mencapai 1,5 miliar rupiah (Imaddudin, 2020). Namun demikian, terdapat bahaya yang mengintai para *gamers* jika mereka memainkan *game online* secara berlebihan dan yang paling mengkhawatirkan adalah kecanduan *game online* (Jap, 2013).

Beberapa negara di Asia, sebagai benua dengan *gamers* terbanyak di dunia (Gough, 2020), bahkan mengeluarkan kebijakan terkait penggunaan *game online* yang bertujuan untuk mengurangi konsekuensi merugikan dari bermain *game online*, salah satunya di Korea Selatan dengan *Shutdown Law* atau biasa disebut sebagai *Cinderella Law* dengan kebijakan memblokir mereka yang berusia di bawah 16 tahun untuk mengakses situs web *game* setelah tengah malam (Lee, 2011). Individu berusia di bawah 16 tahun adalah individu yang rentan mengalami kecanduan *game online*, apalagi pada remaja. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami kecanduan *game online*. Namun demikian, remaja ke atas, seperti mahasiswa dan individu dewasa yang sudah bekerja juga dapat mengalaminya karena mereka memiliki lebih banyak kesempatan dan kekuasaan atas dirinya sendiri untuk menggunakan *smart devices* seperti *smartphone* dan *tablet*, ditambah dengan kecakapan teknologi dan kurangnya pengawasan eksternal (Kuss, Lows, dan Reinout, 2012) menjadikan mereka juga berisiko mengalami kecanduan *game online* (Chia *et al.*, 2020). Kecanduan *game online* atau istilah lainnya *Internet Gaming Disorder* (IGD) didefinisikan sebagai keterlibatan penggunaan *internet* yang terus menerus dan berulang untuk terlibat dalam *game online* biasanya dengan pemain lain dan menyebabkan gangguan atau *distress* yang signifikan secara klinis serta mengakibatkan penurunan fungsi sehari-hari individu (APA, 2013).

Salah satu hal yang berkontribusi terhadap kerentanan individu untuk mengalami IGD adalah kepribadian (Gervasi *et al.*, 2017). Terdapat tipe-tipe kepribadian tertentu yang lebih rentan mengalami IGD dibandingkan yang lain. *Trait Emotional Intelligence* (TEI) dan komponennya mungkin juga memiliki peran dalam kecanduan perilaku yang serupa dengan peran mereka dalam kecanduan zat (Kun dan Demetrovics, 2010). TEI adalah konstelasi persepsi dan disposisi diri terkait emosi yang terletak di tingkat yang lebih bawah dari hierarki kepribadian. (Petrides dan Furnham, 2003). Teori kepribadian ini memiliki kekhasan yaitu fokus terhadap aspek-aspek afektif yang dimiliki individu. Terdapat empat faktor yang membangun TEI yaitu *well-being*, *sociability*, *emotionality*, dan *self-control* yang masing-masing terdiri beberapa faset. Total dari semua fasetnya ada 15 dan dua diantaranya tidak termasuk ke dalam empat faktor yang membangun TEI, namun memberikan kontribusi terhadap TEI yaitu faset *adaptability* dan *self-motivation*. Istilah lain dari TEI adalah *trait emotional self-efficacy* karena konstruksinya menyangkut tentang persepsi diri individu mengenai kemampuan emosional yang dimilikinya (Sieglings, Saklofske, dan Petrides, 2015). Jika persepsi diri *gamers*

mengenai aspek-aspek afektif kepribadian atau kemampuan emosional yang dimilikinya cenderung rendah, terdapat kemungkinan bahwa mereka lebih rentan untuk membangun dan memertahankan IGD sebagai upaya untuk menghindari berurusan dengan emosi di dunia nyata (Kircaburun *et al.*, 2019) dikarenakan *game online* sifatnya *escapist* yang membuat penggunanya mudah lupa waktu dan mengabaikan yang bisa atau seharusnya dilakukan (Cajella, 2010). IGD terdiri dari tiga kategori berdasarkan tingkat keparahannya yaitu *mild*, *moderate*, dan *severe*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran TEI pada setiap kategori IGD pada *gamers* berusia dewasa awal.

II. METODOLOGI

Populasi pada penelitian ini adalah *gamers* berusia dewasa awal yaitu berusia 18-40 tahun yang terindikasi IGD di Kota Bandung. Data dikumpulkan menggunakan alat ukur *Game Addiction Scale* (GAS) oleh Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) dan *Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form* (TEIQue-SF) oleh Petrides (2009). Kedua alat ukur sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia yaitu GAS oleh Safarina dan Halimah (2019) dan TEIQue-SF oleh Tresnawaty (2018).

IGD definisi operasionalnya adalah adalah tinggi atau rendahnya ketergantungan individu terhadap *game online* dengan bermain *game* secara berulang kali dalam periode waktu yang lama yang diukur melalui tujuh komponen yaitu *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *withdrawal*, *conflict*, *relapse*, dan *problems*.

Salience adalah seberapa tinggi keterlibatan individu terhadap *game online* secara fisik, pikiran, dan emosi. Individu dengan skor *salience* yang tinggi cenderung terlibat dengan *game online* secara fisik, pikiran, dan emosi. Sebaliknya, individu dengan skor *salience* yang rendah tidak memiliki kecenderungan untuk terlibat dengan *game online* secara fisik, pikiran dan emosi.

Mood modification adalah seberapa tinggi kecenderungan individu untuk menjadikan *game online* digunakan sebagai media pelarian. Individu dengan skor *mood modification* yang tinggi cenderung menggunakan *game online* sebagai media pelarian. Sebaliknya, individu dengan skor *mood modification* yang rendah tidak memiliki kecenderungan menggunakan *game online* sebagai media pelarian.

Tolerance adalah seberapa tinggi kecenderungan individu untuk memiliki kebutuhan untuk bermain *game online* dengan durasi yang lebih lama. Individu dengan skor *tolerance* yang tinggi cenderung membutuhkan durasi bermain *game online* yang lebih lama. Sebaliknya, individu dengan skor *tolerance* yang rendah tidak memiliki kecenderungan untuk membutuhkan durasi bermain *game online* yang lama.

Withdrawal adalah seberapa tinggi kecenderungan terjadinya gejala emosional maupun fisik yang akan dirasakan jika individu tiba-tiba berhenti bermain *game online*. Individu dengan skor *withdrawal symptoms* yang tinggi sering cenderung merasakan gejala emosional

maupun fisik yang kuat saat tiba-tiba berhenti bermain *game online*. Individu dengan skor *withdrawal* yang tidak memiliki kecenderungan merasakan gejala emosional maupun fisik yang lemah saat tiba-tiba berhenti bermain *game online*.

TEI definisi operasionalnya adalah tinggi atau rendahnya kemampuan individu untuk mengenali subjektivitas yang melekat pada pengalaman emosionalnya yang diukur melalui empat faktor umum dan dua *auxiliary facets*.

Faktor *well-being* terdiri dari *trait optimism*, *trait happiness*, dan *self-esteem*. Individu dengan skor *well-being* yang tinggi memandang hidup secara positif, bahagia, dan puas dengan kehidupan yang mereka jalani. Individu dengan skor *well-being* rendah lebih pesimis, sering merasa sedih dan kecewa dengan kehidupan yang dijalanninya saat ini, serta menilai rendah diri sendiri.

Faktor *sociability* terdiri dari *emotion management*, *assertiveness*, dan *social awareness*. Individu dengan skor *sociability* yang tinggi memiliki kemampuan interaksi sosial yang tinggi, pendengar yang baik, dapat berkomunikasi dengan jelas dan percaya diri dengan orang-orang dari berbagai latar belakang. Individu dengan skor *sociability* yang rendah tidak mampu memengaruhi atau mengelola perasaan orang lain, cenderung kewalahan saat harus berurusan dengan ledakan emosi orang lain, dan tidak suka bersosialisasi serta *networking*.

Faktor *emotionality* terdiri dari *trait empathy*, *emotion perception*, *emotion expression*, dan *relationships*. Individu dengan skor *emotionality* yang tinggi terhubung dengan perasaan mereka sendiri dan perasaan orang lain, dapat merasakan dan mengekspresikan emosi serta menggunakan kedua kualitas tersebut untuk mengembangkan dan mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain yang menurut mereka penting. Individu dengan skor *emotionality* yang rendah kesulitan untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, keras kepala, argumentatif, egois, sering kebingungan dengan apa yang mereka rasakan, tidak peka terhadap sinyal emosional yang dikirimkan orang lain, kesulitan untuk mengomunikasikan emosi yang mereka rasakan kepada orang lain, kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain, cenderung meremehkan hubungan pribadi mereka.

Faktor *self-control* terdiri dari *emotion regulation*, *impulsiveness (low)*, dan *stress management*. Individu dengan skor *self-control* yang tinggi memiliki kendali yang sehat atas dorongan dan keinginan mereka, pandai mengatur tekanan dan *stress* eksternal. Individu dengan skor *self-control* yang rendah kesulitan mengontrol emosi yang mereka rasakan, sering murung dan tersinggung, berbicara tanpa berpikir secara menyeluruh, sering berubah pikiran, menyukai *immediate gratification*, cenderung memilih untuk menghindari dari situasi yang berpotensi membuat diri mereka *stress*.

Auxiliary facets yaitu *self-motivation* dan *adaptability*. Individu dengan skor *self-motivation* yang tinggi didorong oleh kebutuhan untuk menghasilkan pekerjaan berkualitas

tinggi, cenderung teguh dan tekun, serta tidak perlu diberi penghargaan secara eksternal atas upaya mereka karena mereka memiliki rasa pencapaian yang kuat dan termotivasi dari dalam. Individu dengan skor *self-motivation* yang rendah membutuhkan banyak insentif dan penyemangat untuk menyelesaikan sesuatu, cenderung mengharapkan imbalan secara terus menerus supaya tetap produktif, cenderung menyerah jika menemui kesulitan. Individu dengan skor *adaptability* yang tinggi fleksibel dalam pendekatan terhadap pekerjaan dan kehidupan, bersedia dan mampu beradaptasi dengan lingkungan dan kondisi baru. Individu dengan skor *adaptability* yang rendah kesulitan untuk beradaptasi di lingkungan dan situasi yang baru, tidak fleksibel, memiliki gagasan atau pandangan yang kaku.

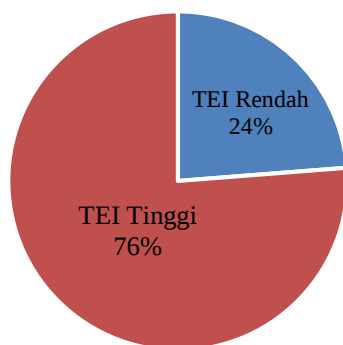
Data yang sudah terkumpul lalu dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2019). Termasuk dalam statistik deskriptif antara lain adalah penyajian data melalui tabel, grafik, diagram lingkaran, *pictogram*, perhitungan modus, median, *mean* (pengukuran tendensi sentral), perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data melalui perhitungan rata-rata dan standar deviasi, serta perhitungan persentase. Statistik deskriptif dapat dilakukan untuk mencari kuatnya hubungan antara variabel melalui analisis korelasi, melakukan prediksi dengan analisis regresi, dan membuat perbandingan dengan membandingkan rata-rata data sampel atau populasi.

III. PEMBAHASAN DAN DISKUSI

Pada penelitian ini dapat terlihat gambaran mengenai TEI *gamers* berusia dewasa awal pada masing-masing kategori IGD. IGD dibagi menjadi tiga kategori menurut tingkatannya yaitu *mild*, *moderate*, dan *severe*. Pembagian ketiga kategori tersebut berdasarkan jumlah skor yang didapatkan individu. Skor 0-16 menunjukkan tidak adiksi, skor 17-32 menunjukkan adiksi ringan (*mild*), skor 33-48 menunjukkan adiksi sedang (*moderate*), dan 49-63 menunjukkan adiksi berat (*severe*). TEI dibagi menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Dengan menggunakan pedoman kategorisasi dua jenjang, didapatkan bahwa individu dikatakan memiliki TEI tinggi jika skornya lebih dari sama dengan 120, sedangkan individu dikatakan memiliki TEI rendah jika skornya kurang dari 120. Berikut adalah presentase jumlah responden per kategori IGD dengan TEI rendah dan TEI tinggi:

TABEL 1. PRESENTASE JUMLAH RESPONDEN KATEGORI IGD MILD DENGAN TEI RENDAH DAN TEI TINGGI

Kategori	N	%
Rendah	43	23,76%
Tinggi	138	76,24%
Total	181	100%



Gambar 1. Diagram Lingkaran Presentase Jumlah Responden Kategori IGD Mild dengan TEI Rendah dan TEI Tinggi

Dari tabel 1 dan gambar 1 dapat dilihat bahwa pada kategori IGD *mild*, dari 181 *gamers* terdapat 43 *gamers* yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 23,76% dan 138 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 76,24%. Pada kategori ini, kebanyakan *gamers* memiliki TEI tinggi. *Gamers* dengan TEI tinggi memiliki aspek-aspek afektif kepribadian yang tinggi.

Pertama, faktor *well-being* yang terdiri dari *trait optimism*, *trait happiness*, dan *self-esteem*. Faktor ini mencerminkan perasaan sejahtera yang digeneralisasi, mulai dari pencapaian di masa lalu hingga ekspektasi di masa depan. *Gamers* dengan *trait optimism* yang tinggi cenderung melihat sisi terang dari setiap kejadian yang terjadi dan mengharapkan hal-hal positif di hidupnya. *Gamers* dengan *trait happiness* yang tinggi cenderung ceria dan merasa nyaman dengan diri mereka sendiri, mereka juga merasa puas dengan kehidupan yang dijalannya saat ini. *Gamers* dengan *self-esteem* yang tinggi memiliki pandangan yang positif tentang diri sendiri dan pencapaian yang pernah diraih.

Kedua, faktor *sociability* yang terdiri dari *emotion management*, *assertiveness*, dan *social awareness*. Faktor ini menekankan pada hubungan dan pengaruh sosial yang berfokus pada individu sebagai agen dalam konteks sosial, bukan pada hubungan pribadi dengan keluarga dan teman dekat. *Gamers* dengan *emotion management* yang tinggi mampu untuk memengaruhi perasaan orang lain seperti menenangkan, menghibur, dan memotivasi, mereka juga mengetahui cara untuk membuat orang lain merasa lebih baik disaat orang lain tersebut membutuhkannya. *Gamers* dengan *assertiveness* yang tinggi cenderung terbuka, terus terang, dan jujur serta mengetahui cara untuk meminta sesuatu, memberikan dan menerima pujian, serta menghadapi orang lain jika dibutuhkan. Selain itu, mereka mempunyai kualitas pemimpin dan dapat membela hak dan keyakinan mereka. *Gamers* dengan *social awareness* yang tinggi percaya bahwa mereka memiliki kemampuan sosial yang tinggi dan secara sosial sensitif, mudah beradaptasi, dan perseptif. Mereka pandai bernegosiasi, memperantarai kesepakatan, dan memengaruhi orang lain. Mereka juga

cenderung memiliki kendali atas emosi yang mereka rasakan dan dapat mengekspresikannya yang membuat mereka percaya diri dalam berbagai konteks sosial.

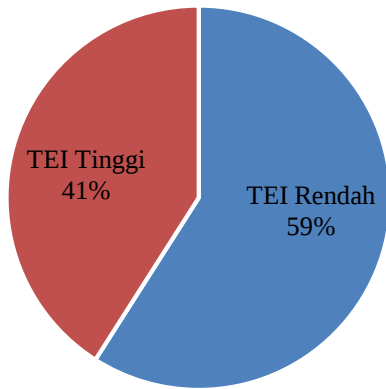
Ketiga, faktor *emotionality* yang terdiri dari *trait empathy*, *emotion perception*, *emotion expression*, dan *relationships*. *Gamers* dengan *trait empathy* yang tinggi mampu untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, mereka dapat memahami kebutuhan dan keinginan orang lain. Mereka cenderung terampil dalam percakapan dan negosiasi, dapat menempatkan diri pada posisi orang lain, dan menghargai segala sesuatunya tampak bagi mereka. *Gamers* dengan *emotion perception* yang tinggi memahami dengan jelas apa yang mereka dan orang lain rasakan. *Gamers* dengan *emotion expression* yang tinggi mampu untuk mengomunikasikan emosi yang mereka rasakan kepada orang lain dan mengetahui istilah yang tepat untuk mengungkapkan emosi yang mereka rasakan secara akurat dan tidak ambigu. *Gamers* dengan *relationships* yang tinggi biasanya memiliki hubungan pribadi yang memuaskan yang secara positif memengaruhi produktivitas dan kesejahteraan emosional mereka, selain itu mereka mengetahui cara untuk mendengarkan dan menjadi responsif terhadap orang terdekat mereka.

Keempat, faktor *self-control* yang terdiri dari *emotion regulation*, *impulsiveness (low)*, dan *stress management*. *Gamers* dengan *emotion regulation* yang tinggi mampu untuk mengontrol emosi mereka dan dapat mengubah suasana hati yang negatif atau memperpanjang suasana hati yang positif. Mereka cenderung stabil secara psikologis dan mengetahui cara untuk bangkit setelah merasakan emosi yang negatif. *Gamers* dengan *impulsiveness (low)* yang tinggi yang berarti tidak impulsif cenderung berpikir terlebih dahulu sebelum bertindak dan menimbang semua informasi sebelum membuat keputusan. *Gamers* dengan *stress management* yang tinggi mampu untuk menangani stress dengan tenang dan pandai untuk mengatur emosi, hal tersebut membantu mereka dalam menangani stress.

Keempat dan kelima adalah *auxiliary facets* yaitu *self-motivation* dan *adaptability*. *Gamers* dengan *self-motivation* yang tinggi cenderung termotivasi akan kebutuhan untuk memproduksi pekerjaan yang berkualitas tinggi dan tidak perlu diberi penghargaan secara eksternal akan usahanya karena mereka memiliki rasa pencapaian yang kuat dan termotivasi dari dalam. *Gamers* dengan *adaptability* yang tinggi cenderung fleksibel dan bersedia serta mampu untuk beradaptasi di lingkungan dan situasi baru, bahkan mereka menikmati kebaruan dan perubahan yang terjadi secara reguler.

TABEL 2. PERSENTASE JUMLAH RESPONDEN KATEGORI IGD MODERATE DENGAN TEI RENDAH DAN TEI TINGGI

Kategori	N	%
Rendah	49	59,04%
Tinggi	34	40,96%
Total	83	100%

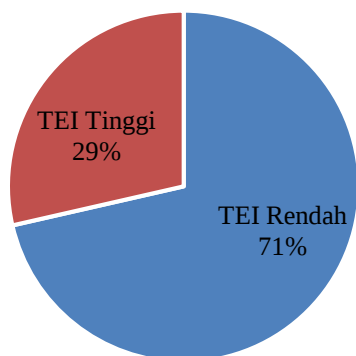


Gambar 2. Diagram Lingkaran Presentase Jumlah Responden Kategori IGD Moderate dengan TEI Rendah dan TEI Tinggi

Dari dari tabel 2 dan gambar 2 dapat dilihat bahwa pada kategori IGD *moderate*, dari 83 *gamers* terdapat 49 *gamers* yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 59,04% dan 34 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 40,96%.

TABEL 3 . PERSENTASE JUMLAH RESPONDEN KATEGORI IGD SEVERE DENGAN TEI RENDAH DAN TEI TINGGI

Kategori	N	%
Rendah	5	71,43%
Tinggi	2	28,57%
Total	7	100%



Gambar 3. Diagram Lingkaran Presentase Jumlah Responden Kategori IGD Severe dengan TEI Rendah dan TEI Tinggi

Dari tabel 3 dan gambar 3 terlihat bahwa pada kategori IGD *severe*, dari 7 *gamers* terdapat 5 *gamers* yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 71,43% dan 2 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 28,57%. Pada kategori *moderate* dan *severe*, kebanyakan *gamers* memiliki TEI rendah. *Gamers* dengan TEI rendah memiliki aspek-aspek afektif kepribadian yang rendah.

Pertama, faktor *well-being* yang terdiri dari *trait optimism*, *trait happiness*, dan *self-esteem*. *Gamers* dengan *trait optimism* yang rendah cenderung pesimis dan melihat sisi gelap dari setiap kejadian yang terjadi, tidak mengidentifikasi dan mengejar peluang baru, serta menghindari resiko. *Gamers* dengan *trait happiness* yang rendah sering merasa sedih dan kecewa dengan kehidupan yang dijalannya saat ini. *Gamers* dengan *self-esteem* yang rendah kurang menghargai dan menilai rendah diri sendiri.

Kedua, faktor *sociability* yang terdiri dari *emotion management*, *assertiveness*, dan *social awareness*. *Gamers* dengan *emotion management* yang rendah tidak mampu memengaruhi atau mengelola perasaan orang lain, mereka cenderung kewalahan saat harus berurusan dengan ledakan emosi orang lain dan tidak suka bersosialisasi dan *networking*. *Gamers* dengan *assertiveness* yang rendah cenderung mundur bahkan saat mereka tahu bahwa mereka benar dan kesulitan untuk menolak permintaan orang lain bahkan pada saat mereka harus melakukannya, hasilnya mereka sering melakukan sesuatu yang tidak ingin mereka lakukan. *Gamers* dengan *social awareness* yang rendah percaya bahwa mereka memiliki kemampuan sosial yang rendah dan sering merasa cemas di suasana yang menurutnya asing. Mereka juga kesulitan untuk mengekspresikan diri mereka dengan jelas dan hanya memiliki sedikit kenalan.

Ketiga, faktor *emotionality* yang terdiri dari *trait empathy*, *emotion perception*, *emotion expression*, dan *relationships*. *Gamers* dengan *trait empathy* yang rendah cenderung kesulitan untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, keras kepala, argumentatif, dan egois. *Gamers* dengan *emotion perception* yang rendah sering kali kebingungan dengan apa yang mereka rasakan dan tidak peka terhadap sinyal emosional yang dikirimkan orang lain. *Gamers* dengan *emotion expression* yang rendah cenderung kesulitan untuk mengomunikasikan emosi yang mereka rasakan kepada orang lain. *Gamers* dengan *relationships* yang rendah biasanya kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain dan cenderung meremehkan hubungan pribadi mereka. Mereka juga sering berperilaku dengan cara yang menyakiti orang-orang yang dekat dengan mereka.

Keempat, faktor *self-control* yang terdiri dari *emotion regulation*, *impulsiveness (low)*, dan *stress management*. *Gamers* dengan *emotion regulation* yang rendah cenderung kesulitan mengontrol emosi yang mereka rasakan, dapat mengalami *emotional seizures*, dan sering kali murung serta mudah tersinggung. *Gamers* dengan *impulsiveness (low)* yang rendah yang berarti impulsif cenderung berbicara tanpa berpikir secara menyeluruh, sering berubah pikiran, dan menyukai *immediate gratification*. *Gamers* dengan *stress management* yang rendah cenderung memilih untuk menghindari dari situasi yang berpotensi membuat diri mereka *stress*.

Keempat dan kelima adalah *auxiliary facets* yaitu *self-motivation* dan *adaptability*. *Gamers* dengan *self-motivation* yang rendah biasanya membutuhkan banyak insentif dan penyemangat untuk menyelesaikan sesuatu.

Mereka cenderung mengharapkan imbalan secara terus menerus supaya tetap produktif dan cenderung menyerah jika menemui kesulitan. *Gamers* dengan *adaptability* yang rendah cenderung *change-resistant* dan kesulitan untuk beradaptasi di lingkungan dan situasi yang baru, mereka biasanya tidak fleksibel dan memiliki gagasan atau pandangan yang menetap.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan paparan sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Pada kategori IGD *mild*, dari 181 *gamers* terdapat 43 *gamers* yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 23,76% dan 138 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 76,24%.
2. Pada kategori IGD *moderate*, dari 83 *gamers* terdapat 49 *gamers* yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 59,04% dan 34 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 40,96%.
3. Pada kategori IGD *severe*, dari 7 *gamers* terdapat 5 *gamers* dewasa awal yang memiliki TEI rendah yaitu sebesar 71,43% dan 2 *gamers* yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 28,57%.
4. *Gamers* pada kategori IGD *mild* yang paling banyak adalah yang memiliki TEI tinggi yaitu sebesar 76,24%. Sedangkan *gamers* pada kategori IGD *moderate* dan *severe* yang paling banyak adalah yang memiliki TEI rendah yaitu secara berturut-turut sebesar 59,04% dan 71,43%. *Gamers* dengan TEI tinggi aspek-aspek kepribadian terkait emosinya (*well-being*, *sociability*, *emotionality*, *self-control*, *adaptability* dan *self-motivation*) cenderung lebih tinggi daripada *gamers* dengan TEI rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5) (5th ed.). American Psychiatric Association.
- [2] Ashraf, H. et al. (2014). The impact of online games on learning english vocabulary by Iranian (low-intermediate) EFL learners. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 98, 286–291. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.418>
- [3] Azwar, S. (2012). Metode Penelitian. Pustaka pelajar.
- [4] Cajella, G. (2019). Digital games and escapism. *Games and Culture*, 5(4), 335–353. <https://doi.org/10.1177/1555412009360412/>
- [5] Chia, D. X. Y. et al. (2020). Prevalence of internet addiction and gaming disorders in southeast asia: A meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 7(7). <https://doi.org/2582.10.3390/ijerph17072582/>
- [6] DFC Intelligence. (2020). Global video game consumer population passes 3 billion. DFC Intelligence. <https://www.dfciint.com/dossier/global-video-game-consumer-population/>
- [7] Gentile, D. A., Anderson, C. A., Yukawa, S., Ihori, N., Saleem, M., Ming, L., Sakamoto, A. (2009). The effects of prosocial video games on prosocial behaviors: International evidence from correlational, longitudinal, and experimental studies. *Personality*

- and *Social Psychology Bulletin*, 35, 752–763. <https://doi.org/10.1177/0146167209333045/>
- [8] Gentile, D. A., & Gentile, J. R. (2008). Violent video games as exemplary teachers: A conceptual analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 9, 127–141. <https://doi.org/10.1007/S10964-007-9206-2/>
- [9] Gervasi, A. M., Luana L. M. et al. (2017). Personality and Internet gaming disorder: A systematic review of recent literature. *Current Addiction Reports*, 4(1), 293–307. <https://doi.org/10.1007/s40429-017-0159-6/>
- [10] Gough, C. (2020). Number of video gamers worldwide in 2020, by region. Statista. <https://www.statista.com/statistics/293304/number-video-gamers/>
- [11] Granic I., Adam Lobel et al. (2014) The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69, 66–78. <https://doi.org/10.1037/a0034857/>
- [12] Green, C. S., & Bavelier, D. (2012). Learning, attentional control, and action video games. *Current Biology*, 22, 197–206. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2012.02.012/>
- [13] Howard, C. J., R. Wilding & D. Guest. (2016). Light video game play is associated with enhanced visual processing of rapid serial visual presentation targets. *Perception*, 46(2), 161–177. <https://doi.org/10.1177/0301006616672579/>
- [14] Jap, T. et al. (2013). The Development of Indonesian online game addiction questionnaire. *PloS ONE*, 8(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061098/>
- [15] Kircaburun, K., Zsolt Demetrovics et al. (2019). Trait emotional intelligence and internet gaming disorder among gamers: The mediating role of online gaming motives and moderating role of age group. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 1446–1457. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00179-x/>
- [16] Kun, B., & Demetrovics, Z. (2010). Emotional intelligence and addictions: A systematic review. *Substance Use & Misuse*, 45(7–8), 1131–1160. <https://doi.org/10.3109/10826080903567855/>
- [17] Kuss, D. J, Louws, J., & Reinout, W. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(9), 480–485.
- [18] Lee, J. (2011). South Korea pulls plug on late-night adolescent online gamers. CNN. <https://edition.cnn.com/2011/11/22/world/asia/south-korea-gaming/index.html>
- [19] Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458/>
- [20] Petrides, K. V. (2001). A psychometric investigation into the construct of emotional intelligence. Doctoral dissertation, University College London.
- [21] Petrides, K. V. (2009). Technical manual for the Trait Emotional Intelligence Questionnaires (TEIQue). London Psychometric Laboratory.
- [22] Petrides, K. V., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality* 17(1), 39–57.
- [23] Pratama, A. M. (2020). Pengguna Internet Indonesia hingga Kuartal II 2020 Capai 196,7 Juta Orang. Kompas.com. <https://money.kompas.com/read/2020/11/09/213534626/pengguna-internet-indonesia-hingga-kuartal-ii-2020-capai-1967-juta-orang/>
- [24] Prensky, M. (2012). From digital natives to digital wisdom: Hopeful essays for 21st century learning. Corwin Press.
- [25] Russoniello, C. V., O'Brien, K., & Parks, J. M. (2009). The

- effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of Cyber Therapy and Rehabilitation* 2(1), 53–66.
- [26] Safarina, N., & Halimah, L. (2019). Self-control and online game addiction in early adult gamers. In *Journal of Physics: Conference Series*, 1375(1).
- [27] Siegling, A. B., Saklofske, D. H., & Petrides, K. V. (2015). *Measures of ability and trait emotional intelligence*. Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-386915-9.00014-0/>
- [28] Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- [29] Tresnawaty, Y. (2018). Penggunaan confirmatory factor analysis (CFA) dalam pengembangan alat ukur trait emotional intelligence questionnaire-short form (TEIQue-SF). *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 4(1), 33–41. <https://doi.org/10.22236/JIPP-42/>
- [30] Uttal, D. H., Meadow, N. G., Tipton, E., Hand, L. L., Alden, A. R., Warren, C., & Newcombe, N. S. (2013). The malleability of spatial skills: A meta-analysis of training studies. *Psychological Bulletin*, 139, 352–402. <https://doi.org/10.1037/a0028446/>
- [31] Halimah Dzar Nurul, Nawangsing Endah. (2021). *Studi Deskriptif Mengenai Happiness pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung*. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7-11.